

# Twoje leczenie przygotowanie do radioterapii raka stercza

Do prawidłowego przeprowadzenia leczenia raka prostaty za pomocą radioterapii bardzo ważne jest, by jelita znajdujące się w okolicy napromienianej były opróżnione ze stolca i gazu, a pęcherz wypełniony w komfortowy sposób. Pozwala to uzyskać powtarzalne położenie obszaru poddawanego leczeniu, a także zmniejsza częstość skutków ubocznych radioterapii.



**Co najmniej tydzień przed wykonaniem tomografii komputerowej** do planowania leczenia zalecamy wprowadzenie **diety lekkostrawnej niewzdymającej** dążenie do uzyskania regularnych wypróżnień stolca – codziennie lub co drugi dzień.

W tym celu zaleca się:

- Wypijanie około 1,5-2 litrów płynów dziennie, najlepiej niegazowanej wody.
- Aktywność fizyczną dostosowaną do możliwości, na przykład w formie spacerów.

Dodatkowo jeśli nie uzyskano regularnych wypróżnień można zastosować:

- **Dicopeg** (preparat dostępny bez recepty) – początkowo 1-2 saszetki dziennie, do uzyskania regularnych wypróżnień (należy zachować odstęp 2 godzin pomiędzy innymi przyjmowanymi lekami):
  - w przypadku uzyskania regularnych wypróżnień stosować 1 saszetkę dziennie lub odstawić
  - w przypadku wystąpienia biegunki preparat odstawić
- Jeśli występują wzdęcia, uczucie pełności w jamie brzusznej, częste oddawanie gazów należy zacząć stosować:  
**Espumisan** (lek dostępny bez recepty) – 3 razy dziennie po 2 tabletki



## Zalecenia dietetyczne

- Rozpocznij dietę na tydzień przed badaniem tomografii komputerowej do planowania
- Kontynuuj do końca radioterapii

### Aby uzyskać regularne wypróżnienia:

- Jedz regularnie i unikaj pomijania posiłków
- Zwiększ aktywność fizyczną jeśli to możliwe
- Wypijaj 1,5 - 2 litry płynów dziennie, najlepiej niegazowanej wody



### Unikaj następujących pokarmów:

- Chleb ciemny - pełnoziarnisty
- Orzechy
- Warzywa: groch, fasola, kapusta, cebula, czosnek, papryka, surowe warzywa
- Owoce: pomarańcze, ananasy, śliwki, suszone owoce
- Gorące i pikantne potrawy
- Napoje gazowane i alkohol, w tym piwo
- Kawa, nie więcej niż 3 filiżanki dziennie

Jeśli wypróżnienia są rzadsze niż 2 na tydzień lub towarzyszą im dodatkowe objawy, jak ból przy oddawaniu stolca, krew w stolcu, ból brzucha należy skontaktować się z lekarzem pierwszego kontaktu celem diagnozy przyczyny i leczenia objawowego.

# Przygotowanie

## przed badaniem tomografii komputerowej oraz każdą sesją radioterapii

Zalecamy by w dniu badania tomografii komputerowej oraz każdej sesji radioterapii przed przybyciem do szpitala pacjent w spokojnych warunkach poświęcił 15–20 minut na podjęcie próby wypróżnienia stolca oraz gazów.

Do szpitala za każdym razem należy zabrać przynajmniej 2 butelki wody niegazowanej o pojemności 700 ml.

Pacjent zostanie przed tomografią poproszony o oddanie moczu, następnie wypicie 700 ml wody i odczekanie 45 – 60 minut celem napełnienia pęcherza. Jeśli przed upływem tego czasu pacjent odczuje silną potrzebę oddania moczu, należy od razu zgłosić to technikom wykonującym badanie.

Przed każdą sesją radioterapii konieczne będzie wypełnienie pęcherza w ten sam sposób.

**W domu** przed badaniem tomografii oraz przed radioterapią **usiądź na sedesie na 15–20 minut** i postaraj się opróżnić jelita.



Po przybyciu do szpitala na godzinę przed umówionym badaniem czy sesją leczenia **opróżnij pęcherz oraz oddaj gazy i stolec**, jeśli czujesz potrzebę.



Gdy zostaniesz o to poproszony, wypij 700 ml niegazowanej wody.

**Nie oddawaj moczu.**

Jeśli poczujesz potrzebę oddania moczu zgłoś to technikowi.



Po upłynięciu 45–60 minut zostanie wykonane badanie tomografii lub przeprowadzona sesja radioterapii.



Informacje dla Pacjenta

Wojewódzkie Wielospecjalistyczne  
**Centrum Onkologii i Traumatologii**  
**im. M. Kopernika w Łodzi**

ul. Pabianicka 62

93-513 Łódź

[kopernik♥lodz.pl](http://kopernik♥lodz.pl)